## KUCHEN UND GEBÄCK

**Quargkuchen:** Zutaten: Hefeteig von 750 g Mehl, 2 kg Quarg, 1/2 l Schlagsahne, 5 Eigelb, 5 Eischnee, 60 g Korinthen, 125 g Grieß, Zucker nach Geschmack (etwa 750 g), evtl. geriebene Mandeln, Mandelöl, Zitronenschale.
Zubereitung: Der Quarg wird durch den Fleischwolf gegeben, mit Eigelb und Zucker vermischt, tüchtig gerührt, die übrigen Zutaten werden untergemischt.
Diese Masse wird auf den gut gegangenen Hefeteig gegeben, im heißen Ofen gebacken. Der Käse wird beim Backen zuerst dünn, darum Randblech verwenden oder Pergamentstreifen herumlegen.

**Quargpfannkuchen:** Zutaten: 500 g Mehl, 500 g Quarg, 250 g Zucker, 3 bis 5 Eier, 2 Backpulver, etwas abgeriebene Zitronenschale, Ausbackfett, Zucker zum Bestreuen.
Zubereitung: Quarg und Zucker tüchtig verrühren, Eier (ganze) und die übrigen Zutaten unterrühren. Mit einem Löffel Klöße abstechen, in das heiße Fett gleiten lassen und langsam ausbacken lassen. Mit Zucker bestreuen.

**Topfenstrudel:** Zutaten: 60 g Butter, 3 Eier, getrennt, 250 bis 300 g Zucker, 1 1/2 kg Topfen, etwas geriebene Zitronenschale, 1/8 l süßen Rahm, 50 g Sultaninen. – Zum Backen: 60 g Fett, 1/4 l Milch nach Belieben.
Zubereitung: Strudelteig herstellen; Schaummasse rühren aus Butter, Eigelb und Zucker, den durchgestrichenen Topfen und die übrigen Zutaten zugeben, zuletzt Eischnee unterziehen; Strudel ausziehen, sofort gleichmäßig füllen, locker zusammenschlagen, damit die Fülle aufgehen kann, in gefettete Bratraine geben, mit Fett bestreichen, goldbraun anbacken, dann mit kochender Milch übergießen und so lange backen, bis die Milch eingesogen ist. Garzeit 3/4 bis 1 Stunde.

**Topfenhörnchen mit Käse:** Zutaten: 200 bis 250 g Butter, 250 g Mehl, 250 g Topfen, Eigelb zum Bestreichen; für die Fülle: 40 g Butter, 40 g geriebenen Käse, 2 Eier, getrennt, Salz.
Zubereitung: Mürbteig unter Zugabe des Topfens herstellen, 1/2 Stunde kalt stellen, messerrückendick auswellen, Dreiecke ausradeln, mit Käsemasse aufrollen und zu Hörnchen formen, nochmal kalt stellen, mit Eigelb bestreichen und bei guter Hitze backen. – Fülle: Butter schaumig rühren, Eigelb, Salz und Käse zugeben, Eischnee unterziehen und abschmecken.

**Quargtaschen:** Zutaten: 500 g Mehl, 125 g Zucker, 60 g Butter, 1 bis 2 Eier, 1/8 l Milch, 1/4 Backpulver, 10 g Salz, Gewürz und Zitrone. Füllung: 1 kg Quarg, 275 g Zucker, 250 g Korinthen, 1/2 Zitrone, 10 g Cremepulver, 125 g Puderzucker.
Zubereitung: Aus Mehl, Zucker, Milch, Eiern usw. einen glatten Teig herstellen, ausrollen, in Vierecke schneiden, diese mit Füllung belegen und die Vierecke zusammenklappen, mit Ei oder Milch bestreichen und im Ofen gut backen. Ränder der Taschen gut zusammendrücken.
Füllung: Den Quarg gut schaumig rühren, die gewaschenen Korinthen und die übrigen Zutaten dazugeben.

---

# Rezeptdienst

**Herausgegeben vom Reichsausschuß für Volkswirtschaftliche Aufklärung**
**Berlin W 9**

---

## Deutsche Hausfrau!

# SPEISEQUARG

## schmeckt sehr gut, gibt Kraft und Mark!

Selten nur kannst Du für einen so niedrigen Preis ein so wertvolles Nahrungsmittel kaufen. Wir wollen Dich nicht mit wissenschaftlichen Zahlen und Tabellen langweilen. Wisse, daß Speisequarg als Hauptnährstoff das Milcheiweiß enthält und reich an Kalk- und Phosphorsalzen ist. Diese sind notwendig zur Bildung und Gesunderhaltung der Knochen und Zähne. Deshalb essen ihn auch die Kinder so gern. Ist er mit Obst oder Fruchtsäften angerichtet, so sind sie ganz begeistert davon. Speisequarg hilft auch gut verdauen, was ja bekanntlich die wichtigste Tätigkeit bei unserer gesamten Nahrungsaufnahme ist! Der feine säuerliche Geschmack ist nämlich auf die Bildung von Milchsäure zurückzuführen, die aus dem Milchzucker beim Kauen entsteht. Diese Milchsäure fördert die Verdauung auf die einfachste und natürlichste Weise, ohne den Darm zu reizen.

Und die Abwechslung in Deinem Speisezettel? – Sei unbesorgt, liebe Hausfrau! Du weißt, daß wir vor Deinem oft in schweren Notzeiten geschulten Wissen und Können und vor Deiner Erfahrung die größte Hochachtung haben. Trotzdem: Sei so gut und lies die folgenden Rezepte einmal aufmerksam durch und bewahre sie dann gut auf. Du wirst staunen, was für abwechslungsreiche, wohlschmeckende

**warme und kalte Speisen**

sich mit Quarg bereiten lassen! Schon als Brotaufstrich läßt er Dir hier die Auswahl unter acht verschiedenen Zubereitungsarten. Damit ist aber Deine Kunst noch lange nicht erschöpft. Die aus Quarg hergestellten eiweißreichen Käse:

**Harzer, Mainzer, Thüringer Stangenkäse, Goldleisten,**
**Bauern- oder Faustkäse,**

z. T. in sehr appetitlich aussehenden Packungen, haben den gleichen Nährwert und die gleichen guten Eigenschaften. Auch der sogenannte Blauschimmelkäse, der, ähnlich dem Camembert, mit einem feinen, eßbaren Schimmelrasen besiedelt ist, hat seine besonderen Liebhaber.
Der eiweißreiche Käse ist typisch deutschen Ursprungs und gehört also mit Recht zu unserer bodenständigen Ernährung.

---

**Kochrezepte, bearbeitet vom Deutschen Frauenwerk, auf Seite 2—4**

Bei seiner Verwendung schlägst Du, wie der Volksmund sagt, mindestens vier Fliegen mit einer Klappe: Du schonst Dein Wirtschaftsgeld, ernährst Dich und die Deinen richtig, hilfst uns Devisen sparen und die Fettversorgung sichern, alles Pflichten, die Deiner würdig sind!

---

## BROTAUFSTRICHE

a) Weißer Quarg: 250 g durchgestrichener Quarg wird mit 3 Eßlöffeln Milch oder Rahm gut vermischt und mit Salz und einer Prise Zucker gut abgeschmeckt. (Beigabe von Kümmel oder geriebener Zwiebel nach Belieben.)

b) Tomatenquarg: wie a) unter Hinzufügen von 2 Eßlöffeln Tomatenmark.

c) Kräuterquarg: wie a) unter Hinzufügen von gehackten Küchenkräutern (Schnittlauch, Petersilie, Dill, Borretsch oder dergleichen).

d) Rettichquarg: wie a) unter Hinzufügen von geriebenem Rettich oder Belag von Rettichscheiben.

e) Sardellenquarg: wie a) unter Hinzufügen von Sardellenpaste.

f) Quarg mit gelben Rüben oder Karotten: wie a), Belag von geraffelten gelben Rüben.

g) Fleischquarg: wie a) unter Hinzufügen von Schinken-, Wurst- oder Bratenwürfelchen.

h) Gurkenquarg: wie a), Belag von frischen Gurkenscheiben, bestreut mit gehackter Petersilie.

## MITTAG- UND ABENDBROT

Kartoffel-Quargsuppe: Zutaten: 500 g Kartoffelschnitzel, 1 Zwiebel, 1 gelbe Rübe, 1/2 Sellleriewurzel, etwas Lauch und Petersilie, Salz, in 1 *l* Wasser zusammen weichkochen. 125 g Quarg, 1/4 *l* Milch verquirlen, die durchgestrichene Suppe daranrühren, abschmecken und mit Schnittlauch bestreuen.

Gebackene Quargklöße: Zutaten: 250 g Quarg, 50 g Butter, 2 Eier, 1/2 Teelöffel Salz, Muskatnuß, 90 g Mehl, 1 bis 2 Handvoll Weckmehl, Backfett.
Zubereitung: Quarg, geschmolzene Butter, Eier, Gewürz, Mehl mit soviel Weckmehl mischen, bis sich die Klöße formen lassen, flachdrücken und auf beiden Seiten 10 Minuten hellbraun backen. Beigabe: Gemüse oder Salat.

Quargauflauf, pikant: Zutaten: 500 g Quarg, 3 Eßlöffel Sauerrahm, 30 g Mehl, 4 Eier, 150 g Schinken oder 60 g geriebenen Käse.
Zubereitung: Durchgestrichenen Quarg mit Rahm, Eigelb, Mehl und Salz mischen, gewürfelten Schinken oder Käse dazugeben und zuletzt den steifgeschlagenen Eierschnee unterziehen. In gefetteter, mit Weckmehl ausgestreuter Form ungefähr 3/4 Stunde backen.

Quargauflauf mit Äpfeln oder Kirschen: Zutaten: 500 g Quarg, 500 g geschnittene Äpfel oder Kirschen, 125 g Zucker, 3 Eier, 1 Zitrone, 4 Eßlöffel Grieß, 1/2 Päckchen Backpulver.
Zubereitung: Äpfel (oder Kirschen) in feine Scheiben schneiden, mit dem Saft der Zitrone beträufeln, mit etwas Zucker bestreuen. Den durchgestrichenen Quarg mit Eigelb und Zucker schaumig rühren, Zitronenschale und zuletzt den mit Backpulver gemischten Grieß dazugeben. Äpfelscheiben und steifgeschlagenen Eierschnee unterziehen. In gefettete Form einfüllen, obenauf Butterflöckchen und Weckmehl geben. Backzeit 1 Stunde.

Quarg-Kaltschale mit Erdbeeren: Zutaten: 250 g Quarg, 1/8 *l* Milch, 1/8 *l* süßen Rahm, 50 g Zucker, 1 Vanillezucker, eingezuckerte Erdbeeren.
Zubereitung: Den Quarg durch ein Sieb streichen, mit dem Zucker mischen, mit dem Schneebesen sehr schaumig schlagen und in eine Glasschale füllen. Frisch eingezuckerte Erdbeeren oder anderes Obst dazwischenschichten.

Quarg-Flammeri mit Kompott: Zutaten: 250 g Quarg, 1/4 *l* Milch, 50 g Zucker, 4 Blatt Gelatine, 2 Eßlöffel Wasser.
Zubereitung: Den Quarg durch ein Sieb streichen und mit Zucker und Milch glattrühren. Gelatine in Wasser auflösen und daruntergeben. Die Masse in mit Wasser ausgespülte Tassen geben und nach dem Erstarren stürzen. Beigabe: Kompott oder Fruchtsaft.

Stippmilch (süße Quargspeise): 500 g Quarg wird durch ein Haarsieb gestrichen, mit 1/4 bis 1/2 *l* Milch kräftig gerührt, mit Zucker und Vanillezucker abgeschmeckt. Dazu reicht man herbes Kompott (Johannisbeeren, Preißelbeeren, saure Kirschen).

Quarg und Pellkartoffeln: Der Quarg wird durch ein Sieb gestrichen, mit Milch verrührt, mit Salz abgeschmeckt. Als geschmackgebende Zutaten verwendet man: Kümmel, Schnittlauch, Zwiebeln. Rohe Tomaten zerschnitten dazugeben. – Wenn Leinöl besonders dazugegeben wird, darf der Quarg nicht zu weich angerührt werden.

Topfennudeln mit Hefe: Zutaten: 375 g Mehl, 30 g Hefe, 1/4 *l* Milch, 1 Ei nach Belieben, 500 g Topfen, Salz, Backfett.
Zubereitung: Mittelfesten Hefeteig unter Zugabe von durchgestrichenem Topfen herstellen, gehen lassen, längliche Nudeln formen, dieselben nochmal gehen lassen, in heißem Fett langsam schwimmend backen. Garzeit 8 bis 10 Minuten. Gezuckert zu Kompott oder salzig zu Sauerkraut oder Salat geben.

Topfennudeln: Zutaten: 40 g Butter, 250 g Mehl, 2 Eier, 500 g Topfen, Salz.
Zubereitung: Butter schaumig rühren, Eier, Mehl, Salz und den durchgestrichenen Topfen zugeben, Teig abarbeiten, etwa fingergroße Nudeln formen, auf der Stielpfanne langsam backen.

Topfenknödel: Zutaten: 1 kg Topfen, 3 Eigelb, 300 g Semmelbröfel, 100 g Butter, 2 ganze Eier, 3 Eischnee, Salz.
Zubereitung: Butter schaumig rühren, Eigelb, die ganzen Eier und den durchgestrichenen Topfen zugeben, salzen, Semmelbröfel und zuletzt Eischnee unterheben, kleine Knödel formen, in Salzwasser 10 Minuten kochen, auf heißer Platte anrichten, mit brauner Butter übergießen.